

# トレーニング室予定表 5月分

2024年  
4月15日更新

1	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ) 14:00～トレーニング講習会
2	木	18:30～トレーニング講習会
3	金	
4	土	
5	日	10:00～トレーニング講習会
6	月	
7	火	
8	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ) 18:30～トレーニング講習会
9	木	
10	金	11:45～ミニ教室(ピラティス)
11	土	14:00～トレーニング講習会
12	日	
13	月	18:30～トレーニング講習会
14	火	
15	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)
内容が変更となる場合があります。		

16	木	
17	金	11:45～ミニ教室(ピラティス) 18:30～トレーニング講習会
18	土	
19	日	
20	月	休館日
21	火	10:00～トレーニング講習会
22	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)
23	木	
24	金	11:45～ミニ教室(ピラティス)
25	土	14:00～トレーニング講習会
26	日	18:30～トレーニング講習会
27	月	
28	火	18:30～トレーニング講習会
29	水	10:15～ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)
30	木	10:00～トレーニング講習会
31	金	11:45～ミニ教室(ピラティス)

📌 ○印は、駐車場の混雑が予想される日になります。  
○印以外にも、天候等により駐車場が混雑する場合があります。